

**PSIXOKORREKSION RIVOJLANTIRUVCHI ISHLARDA INTER-
FAOL USULLARDAN FOYDALANISH**

Jumayeva Marg‘uba Tolibovna

Jondor tumani 15-maktab amaliyotchi psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada psixokorreksion rivojlantiruvchi ishlarda inter-faol usullardan foydalanish haqida tahlil qilib beriladi.

Kalit so‘zlar: psixoanalitik korreksiya, himoya mexanizmi, og‘ir kechinmalar, og‘riqli hissiyotlar, ichki kuchlar

KIRISH

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Yoshlarni ma’naviy-axloqiy va jismoniy barkamol etib tarbiyalash, ularga ta’lim-tarbiya berish tizimini sifat jihatidan yangi bosqichga ko‘tarish chora-tadbirlari to‘g‘risida” 2018-yil 14-avgustdagi PQ-3907-son qarori ijrosini ta’minlash, shuningdek, umumiy o‘rta va o‘rta maxsus davlat ta’lim muassasalarida o‘quvchilarni psixologik-pedagogik qo‘llab-quvvatlash tizimini yanada takomillashtirish maqsadida Vazirlar Mahkamasi 2019yil 7- iyulida “O‘quvchilarni psixologik-pedagogik qo‘llab-quvvatlash ishlarini yanada takomillashtirish to‘g‘risida” 577-sonli qaror qabul qildi. Unda psixologik korreksiya yo‘nalishida:

- ta’lim olish va kasb-hunar tanlashda qiynalayotgan o‘quvchilar, shaxsning motivatsion doirasi bilan bog‘liq muammolarni hal etish borasida individual va jamoaviy korreksiya ishlarini olib borish;
- yetim va ota-ona qaramog‘idan mahrum bo‘lgan bolalarning psixologik reabilitatsiyasini ta’minlash;
- mutaxassis sifatida o‘quvchining psixologik holatiga oid ma’lumotlarga munosabat bildirish, tarbiyasida salbiy holatlar mavjud bo‘lgan o‘quvchilar bilan korreksion ishlarni amalga oshirish;
- ta’lim olish jarayonida o‘quvchilarning bilish faolligi hamda qiziqishlarini rivojlantirish, ularning intellektual passivligini korrektsiyalash;



- individual yoki jamoaviy tartibda ota-onalar va pedagog xodimlarni jalb etgan holda o'yin, muloqot, suhbat, trening, mashq va mashg'ulotlar shaklida tadbirlar tashkil etish; vazifalarini amalga oshirish belgilandi.

Psixologik tuzatish (psixokorreksiya) — psixologik yordam turlaridan biri (boshqalar qatorida: psixologik maslahat, psixologik trening, psixoterapiya); psixologik rivojlanishning optimal modelga mos kelmaydigan xususiyatlarini maxsus psixologik ta'sir vositalari yordamida tuzatishga qaratilgan faoliyat; shuningdek — insonda uning ijtimoiylashuvi va o'zgaruvchan turmush sharoitlariga moslashishini oshirish uchun zarur psixologik fazilatlarni rivojlantirishga qaratilgan faoliyat. Ushbu atama 1970-yillarning boshlarida mashhur bo'ldi. Bu vaqtda psixologlar psixoterapiya, birinchi navbatda, guruh terapiyasi sohasida intensiv ishlay boshladilar. Ko'p yillar davomida psixologning psixoterapevtik ish bilan shug'ullanishi mumkinligi haqida faol munozaralar bo'lib o'tdi, ammo ular ko'pincha nazariy xususiyatga ega edi. Amalda, psixologlar ko'pincha psixoterapevtik faoliyat bilan shug'ullanishadi. Shuning uchun „psixologik tuzatish“ atamasining paydo bo'lishi asosan psixoterapevt va psixologning vakolatlarini chegaralashga qaratilgan edi. Bugungi kunga qadar „psixoterapiya“ va „psixokorreksiya“ atamalari o'rtasida aniq farq yo'q.

Psixokorrektiv ta'sirlar quyidagi turlarda bo'lishi mumkin: ishontirish, taklif qilish, taqlid qilish, kuchaytirish. Shaxsiy va guruh psixokorreksiyasini farqlarini ko'rib chiqamiz. Individual psixologda ruxsat etilmagan shaxslar yo'qligida mijoz bilan yakkama-yakka ishlaydi. Guruh ishida ish shu kabi muammolarga ega bo'lgan mijozlar guruhi bilan darhol amalga oshiriladi, ta'sir odamlarning bir-biriga o'zaro ta'siri va o'zaro ta'siri orqali erishiladi.

Psixokorreksion va rivojlantiruvchi ishlar bolalarning psixologik muammolarini hal qilishga va ularning rivojlanishiga yordam berishga qaratilgan. Ushbu ishlar interaktiv usullar yordamida olib borilganda yanada samarali bo'ladi.

Psixokorreksion ishlar bolaning xatti-harakatlaridagi, emotsional holatidagi va shaxsiyatidagi muammolarni aniqlash va ularni tuzatishga qaratilgan. Bu muammolar orasida qo'rquvlar, agressiya, giperaktivlik, diqqat yetishmasligi, o'ziga ishonchsizlik va boshqalar bo'lishi mumkin.



Rivojlantiruvchi ishlar bolaning kognitiv, ijtimoiy, emotsional va motorik rivojlanishiga yordam berishga qaratilgan. Bu ishlar bolaning diqqatini, xotirasini, tafakkurini, nutqini, muloqot ko'nikmalarini va boshqa muhim sifatlarini rivojlantirishga yordam beradi.

Interaktiv usullar psixokorreksion va rivojlantiruvchi ishlarning samaradorligini oshirishga yordam beradi. Interaktiv usullar bolaning faol ishtirokini ta'minlaydi, uning qiziqishini uyg'otadi va o'rganish jarayonini yanada qiziqarli qiladi. Interaktiv usullarga quyidagilar kiradi:

- * O'yinlar: O'yinlar bolalarga o'zlarini ifoda etishga, muloqot qilishga, muammolarni hal qilishga va yangi ko'nikmalarni egallashga yordam beradi.
- * Mashqlar: Mashqlar bolalarning diqqatini, xotirasini, tafakkurini va motorik ko'nikmalarini rivojlantirishga yordam beradi.
- * Rolli o'yinlar: Rolli o'yinlar bolalarga turli xil vaziyatlarda o'zlarini qanday tutishni o'rganishga va boshqa odamlarning nuqtai nazarini tushunishga yordam beradi.
- * Badiiy terapiya: Badiiy terapiya bolalarga o'zlarini ifoda etishga va emotsional muammolarini hal qilishga yordam beradi.
- * Musiqa terapiyasi: Musiqa terapiyasi bolalarning emotsional holatini yaxshilashga va ularning rivojlanishiga yordam beradi.

Psixokorreksion va rivojlantiruvchi ishlarni olib borishda bolaning individual xususiyatlarini hisobga olish muhimdir. Ishlar bolaning yoshiga, rivojlanish darajasiga va muammosining xususiyatiga mos ravishda tanlanishi kerak. Shuningdek, bolaning ota-onalari va boshqa yaqin kishilari bilan hamkorlik qilish muhimdir.

Interaktiv usullardan foydalanish psixokorreksion va rivojlantiruvchi ishlarning samaradorligini sezilarli darajada oshirishi mumkin. Ushbu usullar bolalarga o'z muammolarini hal qilishga, yangi ko'nikmalarni egallashga va o'z potentsialini ro'yobga chiqarishga yordam beradi.

Korreksion ish maqsadlarining qo'yilishi psixik rivojlanishning nazariy modeli bilan uzviy bog'liq.

Korreksion maqsadlarni qo'yish sohasida uchta asosiy yo'nalish farqlanadi:

1. Rivojlanishning ijtimoiy holatini optimallashtirish.



2. Bolaning yetakchi faoliyat turlarini rivojlantirish.

3. Yoshga doir psixologik hosilalarni shakllantirish.

Chet el psixologiyasida bola rivojlanishidagi qiyinchiliklar shaxsning ichki strukturasi buzilganda (Z.Freyd, M.Klayn va h.k.) yoki muhit buzilganligida, yoki ikkala sabab birlashganda yuzaga keladi, deb hisoblashadi.

Pirovardida, ta'sir ko'rsatishning maqsadi shaxs uyg'unligi va psixodinamik kuchlar balansini tiklashdan iborat, deb tushuniladi. Korreksion ishning texnikasi va usullarining tanlanishi uning maqsadlari bilan belgilanadi.

Guruh bilan ishlashning nutqsiz usuli sifatida psixogimnastika hissiy kechinmalarning paydo bo'lishi, emotsional holatlarning kechishi, harakatlarni bajarishdagi muammolar, yuz mushaklarining ma'noli harakatlari, imo-ishoralar bilan qilinadigan harakatlarni nazarda tutadi, mijozga o'zini namoyon qilishga va so'z yordamisiz muloqot o'rnatishga olishga imkon yaratadi. Bu qayta tiklovchi psixokorreksiya metodi bo'lib, maqsadi – mijoz shaxsini o'rganish, tushunish va o'zgartirishdir. Psixogimnastika 3 qismdan iborat bo'lib, har bir qism o'zining mustaqil vazifalari va shaxsiy metodik vositalari bilan xarakterlanadi.

1. Tayyorgarlik qismi.

2. Pantomimika (imo-ishorali harakatlar) qismi

3. Yakuniy qism.

Psixogimnastika mashg'ulotining tayyorgarlik qismi:

Vazifalari:

-guruh a'zolaridagi tarang, hayajonli holatni pasaytirish.

-qo'rquv va «mumkin emas» degan tushunchalarni olib tashlash.

-diqqatni rivojlantirish

-o'zi va boshqa odamlarning harakat faolligini seza olishni shakllantirish.

-guruh a'zolari o'rtasidagi emotsional masofani qisqartirish

-o'zi va boshqalarning his-tuyg'ularini, hissiy holatini, muammolarini nutqsiz ifodalash va tushunishni shakllantirish.

Tayyorgarlik qismi qoidaga asosan diqqatni rivojlantirishga qaratilgan mashqlardan boshlanadi. Bu turdagi mashqlarga quyidagilar kiradi:



-kechikish (orqada qolish) mashqi. Guruh a'zolari oddiy gimnastika mashqini boshlovchidan bir harakatga ortda qolib ketma-ket ravishda qaytaradilar. Mashq tezligi sekin-asta ortib boradi.

-ritmni doira buylab uzatish. Guruh a'zolarining hammasi bir-birining ortidan doira buylab berilgan ritmni chapak chalib takrorlaydilar.

- harakatni doira bo'ylab uzatish. Guruh a'zolaridan biri tasavvuridagi predmet bilan shunday harakat bajara boshlaydiki, bu harakatni keyingi ishtirokchi davom ettira olishi kerak. Keyingi ishtirokchi ham tasvirlangan predmet bilan bog'liq boshqa biron harakatni bajarishi va bu predmet doira buylab turli harakatlar bilan aylanib chiqishi lozim.

-oyna. Guruh a'zolari juft-juft bo'lib ajraladilar va navbatma-navbat o'z sheriklarining harakatini takrorlaydilar.

Mashqlarning yana bir turi, asosan, tarang holatni olib tashlashga mo'ljallangan bo'lib, oddiy harakatlardan tashkil topgan. Masalan: «Men suvda yurib ketayapman», «Ishdan qaytyapman», «Guruhdagi mashg'ulotga ketyapman» va h.k.

Bu turkumga «Uchinchisi ortiqcha» tipidagi mashqlar ham taalluqli bo'lib, ulardan turli harakatli o'yinlar sifatida foydalanish mumkin.

Keyingi turdagi mashqlar guruh a'zolari o'rtasidagi emotsional masofani qisqartirishga, hamkorlikda ishlashga, va o'zaro yordamni rivojlantirishga yo'naltirilgandir. Bunda bevosita aloqani nazarda tutuvchi fazoviy masofani kamaytiruvchi mashqlardan foydalaniladi; juft-juft bo'lib tor ko'priqda ajralish, stulga o'tirish, boshqa odam bilan mashg'ul bo'lish, xafa bo'lgan odamni tinchlantirish, davra bo'ylab sezgilari, his-tuyg'ularini kuzatish. Oxirgi mashqda guruhning barcha a'zolari ko'zlarini yumib, doira bo'lib o'tiradilar. A'zolardan biri qo'lini sal tekkizish orqali qandaydir sezgini yonidagi sherigiga o'tkazadi. Sherigi esa o'z navbatida yonidagi sherigiga xuddi shu hisni mazmunini o'zgartirmay faqat o'z usuli yordamida o'tkazishi lozim. Bir his (sezgi) turli harakatlar, qo'lning sal tegishi yordamida ifodalanadi, davra bo'ylab aylanadi, Bu turdagi mashqlar mijozdagi xavfsirash hissini yo'qotishga, o'zaro ishonch, bir-birini hissiy tushinish, qabul qilishga yordam beradi.

XULOSA



Yuqorida sanab o'tilgan hamma mashqlar tayyorgarlik qismida o'tkaziladi, vaholanki, bu mashqlar korreksiyalashning oxirgi bosqichlarida o'tkazish muhim, sermazmun vazifani bajarishi mumkin. Ishning dastlabki tayyorgarlik davrida tayyorgarlik qismiga mashg'ulotning yarmidan ko'p vaqtini, ba'zan esa hamma vaqtni ajratish mumkin. Chunki bu qismda xavotirlanish, zo'riqish, mijozning o'zini erkin tutolmasligi, aloqa o'rnatishdagi qo'rquv kabilar o'rganilmagan sharoitda kuchayadi, va aynan shuning uchun bunday ko'rinishlarni bartaraf etishga yordam beruvchi mashqlar o'tkazish zarur bo'ladi. Bunday hollarda guruh a'zolarida qanday kechinmalar bo'lganini muhokama qilishga kam vaqt ajratib, eng umumiy kechinmalar bilangina cheklanib qolinadi. Mashqlarni tanlash va davomiyligi guruhning umumiy holatiga, rivojlanishiga, maqsad va vazifalariga ko'ra aniqlanadi. Ba'zi hollarda psixogimnastikaning birinchi mashg'ulotlari boshlangich qism mashqlaridan iborat bo'lishi mumkin. Shuning uchun bu bosqichda haddan ziyod murakkab pantomimik vazifalar bermaslik va mashqlarni izohlashga berilib ketmaslik kerak. Bunday sharoitda guruhga diqqatni mashq qiluvchi, nutqsiz ta'sirotlarni tushunish ko'nikmasini rivojlantiruvchi, o'zaro emotsional masofani kichraytiruvchi umumiy mashqlar tavsiya qilish samarali natija beradi. Keyingi bosqichlarda pantomimik vazifalarning salmog'i ortadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Elov Z.S. Berdiyeva D.Sh. Psychological reasons for suicide motivation in adolescents with deviant behavior. Oriental renaissance: innovative, educational, natural and social sciences scientific journal. volume 2, issue 2 February 2022 10031009
2. Elov Z.S. O'smirlik davrida shaxs xulq-atvorida kuzatiladigan reaksiyalarning psixologik ta'siri. science and education scientific journal volume 3, issue 3 march 2022 442-447
3. Elov Z.S. Psixodiagnostika va eksperimental psixologiya. O'quv-metodik qo'llanma. 2021. Buxoro 1-164.
4. Elov, Z. S. (2016). Researches of the Reasons Conditions. Fastors of Suicide Rick Intellectual Archive, 5(1), 49-53.



5. Elov, Z. S. (2022). O 'smirlik davrida shaxs xulq-atvorida kuzatiladigan reaksiyalarning psixologik ta'siri. Science and Education, 3(3), 442-447.
6. EZ Sattarovich. CONDITIONS AND THE REASONS OF CASES OF THE SUICIDE AMONG THE STAFF OF LAW-ENFORCEMENT BODIES. European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol 5 (3) 2017
7. Furqatovich, U. F., & Sattarovich, E. Z. (2022). SUICIDE-AS A GLOBAL PROBLEM FACING HUMANITY. Web of Scientist: International Scientific Research Journal, 3(02), 349-354.
8. Jo'Rayeva, Z. A., & Maxmudova, Z. M. (2022). Sudga oid psixologik ekspertizani tashkil qilish va uni o'tkazishning o'ziga xosligi. Science and Education, 3(4), 1916-1922.
9. Olimov L.Ya, Avezov O.R., Baratov Sh. R. Psixologiya nazariyasi va tarixi (o'quv qo'llanma) <https://library.sammi.uz/Library/> 1 (1), Ўзбекистон